

Regresando a  
trabajar ...

es su trabajo  
y su futuro



Lesionarse en el trabajo es en si,  
una situación difícil.

Queremos ayudarle a regresar a  
trabajar tan pronto como le sea  
posible... ¡Esto podría significar  
dinero en su bolsillo!

Department of  
**LABOR AND  
INDUSTRIES**



## Lo que Ud. puede hacer . . .

---

### Si Ud. sufrió una lesión en el trabajo y no está trabajando

---

- Vea a su doctor frecuentemente y cumpla con el tratamiento médico.
- Comparta ideas con su doctor para hacer su trabajo más fácil y seguro.
- Manténgase en contacto con su empleador y exprese su interés para regresar a trabajar.
- Espere una llamada telefónica de parte de su empleador, para ver como va su progreso.

---

### Consulte con su doctor

---

- Sobre los tipos de trabajos que puede hacer con seguridad.
- Acerca de las posibles modificaciones laborales que faciliten su regreso al trabajo.
- Para que él se ponga en contacto con su empleador y discutan los tipos de trabajo que Ud. es capaz de realizar.
- Para que indique sus capacidades físicas y restricciones en cada reporte médico.

---

### Pídale a su empleador que

---

- Investigue opciones para regresar al trabajo, incluyendo la eliminación de riesgos probables.
- Envíe una copia para Ud. y su doctor con la descripción y opciones de trabajo liviano.
- Considere modificaciones a su lugar de trabajo que harán más fácil su regreso.



# ¡El regreso al trabajo depende de Ud.!

---

Comprendemos que algunas lesiones son tan graves que Ud. no puede regresar a trabajar inmediatamente. Si no está trabajando, debe saber que ...

---

- Regresar al trabajo tan pronto como sea posible es un esfuerzo entre Ud., su empleador y su doctor.
  - Su empleador podría tener un programa para ayudarle a regresar al trabajo.
  - Reconocemos que los pagos por tiempo perdido no compensan todo su salario.
  - Ud. tiene el derecho a recibir de su empleador una copia de la autorización médica para regresar al trabajo.
  - Hay asistencia disponible para que regrese a trabajar pronto y con seguridad. L&I, su empleador y su doctor le podrán ayudar.
-

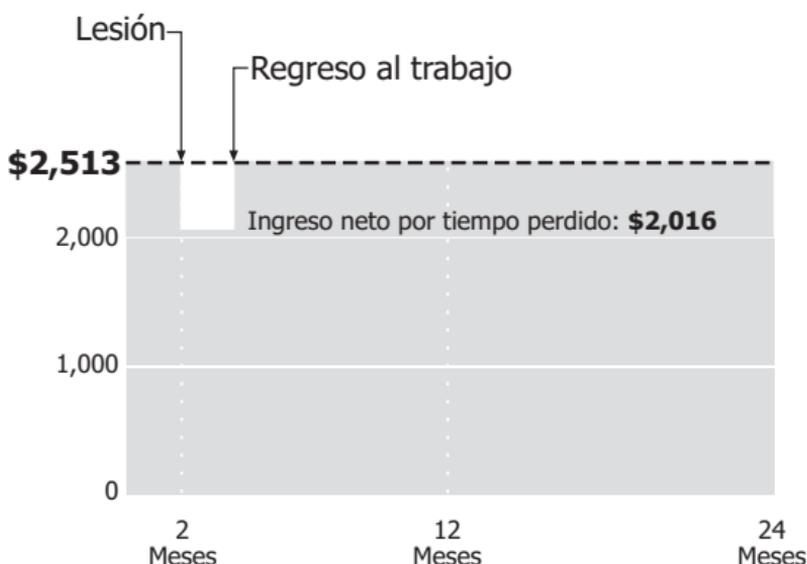
# El pronto y seguro regreso al trabajo es lógico.

Un corto tiempo sin trabajar le quita dinero de su bolsillo.

Estudios demuestran que mientras más tiempo esté sin trabajar, es más difícil regresar a su trabajo original con el mismo salario.

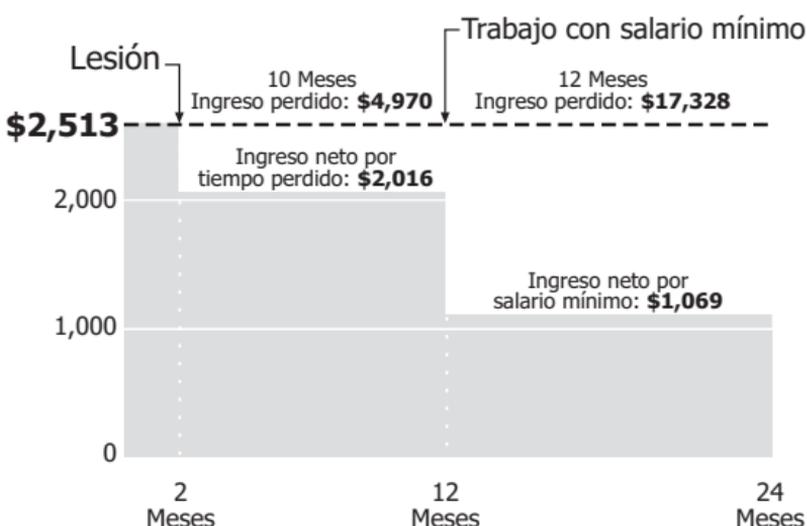
## Después de dos meses...

¡Una persona que gane el salario promedio del estado, pierde **\$994** dólares después de solamente dos meses de recibir beneficios por tiempo perdido!



## Después de dos meses...

¡En el peor de los casos, la pérdida de diez meses de trabajo y el regreso al trabajo con un salario mínimo puede resultar en una pérdida de **\$ 22,298** dólares!



## Ayuda para regresar a trabajar ...

El personal en la línea gratuita de asistencia de L&I y de los centros de servicio regionales pueden brindarle asistencia para regresar a trabajar.

---

Línea gratuita de asistencia de L&I:

---

**1-800-LISTENS (1-800-547-8367)**

---

Centros de servicio regionales:

---

Everett ..... **425-290-1300**

Seattle ..... **206-515-2800**

Spokane ..... **509-324-2600**

Tacoma ..... **253-596-3800**

Tumwater ..... **360-902-5799**

Yakima ..... **509-454-3700**

---

En el Web:

---

Información acerca del programa de  
compensación de los trabajadores:

**[www.LNI.wa.gov/insurance](http://www.LNI.wa.gov/insurance)**

Ideas para modificar su trabajo y eliminar los  
riesgos:

**[www.LNI.wa.gov/wisha/ergoideas](http://www.LNI.wa.gov/wisha/ergoideas)**

Red de acomodaciones del Departamento  
Laboral de los EEUU:

**[www.jan.wvu.edu](http://www.jan.wvu.edu)**

